

**POLA KOMUNIKASI KELUARGA DALAM MEMBANGUN
PENGELOLAAN EMOSI ANAK
(KONTEKS BUDAYA JAWA DAN PENGARUH ISLAM)**

NASKAH PUBLIKASI

*Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk memenuhi sebagian persyaratan
Dalam mencapai derajat Sarjana (S-1)*



Diajukan oleh :

ANIS WILADATIKA PRAMESTI

F 100 104 035

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

**POLA KOMUNIKASI KELUARGA DALAM MEMBANGUN
PENGELOLAAN EMOSI ANAK
(KONTEKS BUDAYA JAWA DAN PENGARUH ISLAM)**

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Mencapai Derajat Sarjana S-1**

Disusun oleh:

ANIS WILADATIKA PRAMESTI

F 100 104 035

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

**POLA KOMUNIKASI KELUARGA DALAM MEMBANGUN
PENGELOLAAN EMOSI ANAK
(KONTEKS BUDAYA JAWA DAN PENGARUH ISLAM)**

Diajukan oleh :

ANIS WILADATIKA PRAMESTI

F 100 104 035

Telah disetujui untuk dipertahankan

di depan Dewan Penguji:

Pembimbing Skripsi,



(Dr. Moordiningsih, M.Si)

Surakarta, 29 Maret 2014

HALAMAN PENGESAHAN

**POLA KOMUNIKASI KELUARGA DALAM MEMBANGUN
PENGELOLAAN EMOSI ANAK
(KONTEKS BUDAYA JAWA DAN PENGARUH ISLAM)**

Yang diajukan oleh

ANIS WILADATIKA PRAMESTI

F 100 104 035

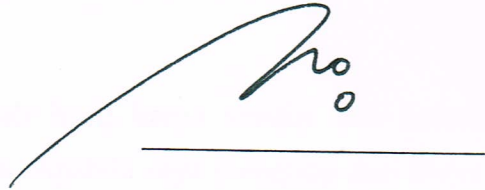
Telah dipertahankan di depan Dewan penguji

Pada tanggal _____

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

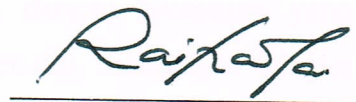
Penguji Utama

Dr. Moordiningsih, M. Si



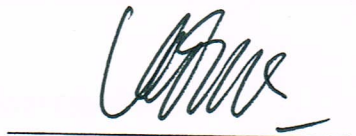
Penguji Pendamping I

Permata Ashfi, S.Psi., M.A.



Penguji Pendamping II

Siti Nurina Hakim, S.Psi., M. Si.

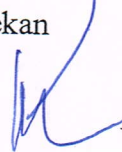


Surakarta, _____

Universitas Muhammdiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



(Taufik Kasturi, M.Si., P.hD)

**POLA KOMUNIKASI KELUARGA DALAM MEMBANGUN
PENGELOLAAN EMOSI ANAK
(KONTEKS BUDAYA JAWA DAN PENGARUH ISLAM)**

**Anis Wiladatika Pramesti
Moordiningsih
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta**

Pengelolaan emosi diajarkan oleh orang tua melalui proses komunikasi yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Dalam budaya Jawa keterampilan untuk mengelola emosi sangatlah penting agar tercipta keselarasan hidup bersama. Seiring dengan perkembangan zaman dan teknologi kemampuan untuk mengelola emosi pada anak semakin menurun sehingga menimbulkan berbagai permasalahan pada anak. Tawuran antar pelajar adalah suatu contoh permasalahan yang sering muncul karena ketidakmampuan dalam mengelola emosi. Emosi yang masih labil, kurangnya bimbingan dan perhatian dari orang tua membuat pelajar mudah mengikuti ajakan untuk melakukan tawuran. Saat ini, tidak hanya pelajar SMA yang terlibat kasus tawuran, pelajar SMP pun sudah mulai terlibat tawuran.

Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami berbagai permasalahan anak, mendapatkan pola komunikasi orang tua dan anak dalam membangun pengelolaan emosi anak, dan mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengelolaan emosi anak yang optimal, seluruh tujuan penelitian tersebut dikaitkan dengan konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam. Subjek penelitian ini adalah 90 orang tua yang memiliki anak berusia 12-15 tahun (remaja awal), merupakan orang Jawa asli, beragama Islam, dan berdomisili di karesidenan Surakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan memakai kuesioner terbuka sebagai alat pengumpul data utama dan wawancara sebagai pendukung hasil kuesioner terbuka.

Hasil penelitian menemukan bahwa beberapa masalah yang dihadapi anak adalah masalah yang berkaitan dengan pelajaran di sekolah, pergaulan, kepercayaan diri, manajemen waktu, kontrol diri, dan kurangnya inisiatif. Pengertian orang tua mengenai masalah anak, dukungan, penjelasan dari tindakan anak, dan penghargaan atas usaha anak mempengaruhi perkembangan pengelolaan emosi anak. Sebagian besar anak mengelola emosi dengan cara diam ketika menghadapi masalah. Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengelolaan emosi yang optimal adalah tanggapan orang tua ketika anak mendapatkan masalah dengan menasihatinya dan anak dapat menerima nasihat tersebut. Selain itu orang tua selalu memberi contoh kepada anak dengan menjalankan perintah agama untuk mengelola emosi.

Kata kunci: pengelolaan emosi, pola komunikasi keluarga, budaya Jawa, pengaruh Islam.

Pendahuluan

Pengelolaan emosi merupakan suatu proses merubah pengalaman emosional, ekspresi, reaksi fisiologi, dan situasi yang memunculkan emosi tersebut untuk menghasilkan respon yang sesuai dengan tuntutan yang ditimbulkan oleh perubahan lingkungan (Aldao, 2013).

Pengelolaan emosi merupakan komponen yang sangat penting bagi tumbuh kembang seorang anak agar anak tersebut mampu untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Namun sayangnya, banyak sekali anak-anak yang kurang mampu untuk mengelola emosinya. Berdasarkan catatan Komisi Nasional Perlindungan Anak sepanjang tahun 2012 terjadi 147 kasus tawuran yang mengakibatkan 82 anak meninggal dunia. Jumlah ini mengalami peningkatan dari jumlah kasus tawuran pada tahun sebelumnya yakni 128 kasus (Kompas.com, 2012). Kasus tawuran yang terjadi antar pelajar biasanya disebabkan oleh permasalahan sepele seperti saling ejek, tidak sengaja

tesenggol, rebutan pasangan, pemahaman yang sempit mengenai kesetiakawanan, atau sekadar mencari gara-gara (Solopos.com, 2013).

Allah SWT berfirman dalam Qur'an surah Al-Hadid ayat 23: *“Agar kamu tidak bersedih hati terhadap apa yang luput dari kamu, dan tidak pula terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong dan membanggakan diri.”* Dalam ayat tersebut terdapat perintah agar manusia mampu mengelola emosi. Kekecewaan, kemarahan, kesedihan, dan suka cita sebaiknya tidak ditanggapi secara berlebihan.

Masyarakat Jawa adalah masyarakat sosial yang lebih mementingkan kepentingan bersama daripada kepentingan pribadi. Individu Jawa yang mampu mengelola emosinya akan lebih mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik terhadap dirinya maupun lingkungannya (Casmini, 2011). Pengelolaan emosi yang baik akan menghasilkan sikap *manut*,

rukun, dan *narima* sehingga dapat tercipta masyarakat yang harmonis (Sutardjo, 2008).

Komunikasi yang efektif di dalam keluarga dapat mengurangi timbulnya tawuran antar pelajar. Selama masa krisis, konflik, dan stres berlebihan, komunikasi keluarga yang baik sangatlah penting karena ketidakseimbangan emosional pada masa tersebut mengakibatkan hubungan dengan orang lain menjadi lebih sulit (Matthews, 1994).

Penggunaan bahasa yang baik akan mempengaruhi proses komunikasi, dari Abu Hurairah R.A., Rosulullah SAW bersabda: *“barangsiapa beriman kepada Allah dan hari akhir maka berkatalah dengan baik atau diam,”* (H.R. Bukhori dan Muslim). Komunikasi dengan bahasa yang baik akan lebih mudah dipahami dan dimengerti oleh anak-anak. Selain itu anakpun dapat belajar untuk menyampaikan pendapatnya dengan menggunakan bahasa yang baik.

Hasil penelitian Setyowati (2005) mengungkapkan bahwa pemahaman dan kesadaran keluarga mengenai pentingnya komunikasi

keluarga dan pengaruhnya terhadap perkembangan emosi anak masih tergolong rendah. Pada kenyataannya, banyak keluarga yang lebih mengutamakan kemampuan kognitif anak daripada kemampuan emosionalnya, dan banyak keluarga tidak memiliki batasan serta komitmen yang jelas mengenai komunikasi keluarga dan perkembangan emosi anak, sehingga komunikasi keluarga sering hanya dipahami sebagai rutinitas, bukan sebagai sesuatu yang memiliki arti bagi perkembangan anak.

Pengelolaan Emosi

Pengelolaan emosi adalah suatu proses pengenalan, pemeliharaan, dan pengaturan emosi positif maupun negatif, baik secara otomatis atau dikontrol, yang tampak maupun yang tersembunyi, yang disadari maupun tidak disadari (Gross dan John, 2003).

Pengelolaan emosi adalah serangkaian proses dimana emosi diatur sesuai dengan tujuan individu, baik dengan cara otomatis atau dikontrol, disadari atau tidak disadari dan melibatkan banyak komponen yang bekerja terus menerus

sepanjang waktu. Pengelolaan emosi melibatkan perubahan dalam dinamika emosi atau waktu munculnya, besarnya, lamanya, dan mengimbangi respon perilaku, pengalaman atau fisiologis. Pengelolaan emosi dapat mempengaruhi, memperkuat atau memelihara emosi, tergantung pada tujuan individu (Gross dan Thompson, 2007).

Berdasarkan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa pengelolaan emosi adalah suatu proses mengenali, mengatur, dan merubah emosi baik yang positif maupun yang negatif agar sesuai dengan tujuan. Pengelolaan emosi dapat dilakukan secara sadar maupun tidak sadar. Dalam mengelola emosi juga dilakukan pengelolaan ekspresi emosi, perilaku, dan reaksi fisiologis akibat dari emosi yang sedang terjadi.

Pengelolaan Emosi dalam Islam

Sabar merupakan bentuk pengelolaan emosi yang sangat dianjurkan dalam Islam seperti firman Allah SWT dalam Qur'an surah Al-Baqarah ayat 155-157 yang berbunyi: *"Hai hamba-hamba-Ku*

yang beriman. bertakwalah kepada Tuhanmu". orang-orang yang berbuat baik di dunia ini memperoleh kebaikan. dan bumi Allah itu adalah luas. Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas."

Allah SWT juga berjanji akan memberi sifat yang baik kepada orang yang sabar seperti dalam Qur'an surah Al-Fushilat ayat 35: *"Dan (sifat-sifat yang baik itu) tidak akan dianugerahkan kecuali kepada orang-orang yang sabar dan tidak dianugerahkan kecuali kepada orang-orang yang mempunyai keberuntungan yang besar."*

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa bentuk pengelolaan emosi yang sangat dianjurkan dalam Islam adalah bersabar atas setiap hal yang terjadi. Pada hakikatnya semua yang terjadi atas kehendak Allah dan Allah telah menyiapkan pahala bagi orang-orang yang mampu bersabar.

Pengelolaan Emosi dalam Budaya Jawa

Emosi dasar dalam budaya Jawa sama seperti emosi dasar pada

umumnya, namun dalam pengelolaan emosi budaya Jawa memiliki keunikan tersendiri. Dalam konteks budaya Jawa pengelolaan emosi disebut dengan *waskita ing nepsu*. *Waskita ing nepsu* adalah kemampuan seseorang dalam mengelola emosi sebagai sumber energi dan informasi dalam mencapai keseimbangan hidup (Casmini, 2011).

Konsep rukun adalah salah satu kunci dalam menjamin keseimbangan hidup. Secara psikologis, kerukunan dapat menimbulkan rasa malu untuk merusak tatanan keselarasan yang ada sehingga ketika terjadi konflik orang Jawa cenderung memendam dan melupakan masalah tersebut dengan sendirinya (Herdiyanto & Yuniarti, 2012). Ciri-ciri perilaku masyarakat Jawa menurut Rachmatullah (2010) adalah *mulur-mlungkret* sehingga membuat masyarakat Jawa tahan terhadap semua cobaan hidup serta dapat memiliki ciri khas *narima ing pandum*.

Masyarakat Jawa memiliki cara mengelola emosi yang unik

karena menganggap emosi sebagai energi yang dapat diarahkan. Dalam menghadapi konflik, masyarakat cenderung diam karena adanya perasaan malu untuk merusak nilai yang ada sehingga tetap terjaga kerukunan dan keharmonisan bersama.

Pengertian Komunikasi

Komunikasi adalah proses memunculkan arti terhadap pendapat atau pikiran yang disampaikan. Komunikasi merupakan penyampaian dan penerimaan pesan atau kabar antara dua orang atau lebih dengan cara yang sesuai sehingga pesan yang dimaksud dapat dimengerti (Djamarah, 2004).

Menurut Carl I. Hovland, Komunikasi merupakan suatu proses dimana seorang komunikator menyampaikan stimulus, biasanya lambang-lambang dalam bentuk kata-kata untuk merubah perilaku orang lain yang menjadi penerima stimulus (komunikan) (Effendi, 1986).

Komunikasi adalah suatu aktivitas yang memiliki maksud agar setiap individu dapat melakukan komunikasi dua arah atau banyak

arah yang saling menguntungkan dan akan melahirkan masukan serta hasil. Selain itu kita dapat mengetahui bagaimana interaksi dipergunakan secara efektif untuk membantu mencapai suatu tujuan tertentu (Kuswata, 1990)

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa komunikasi merupakan serangkaian proses penyampaian pikiran, ide, dan informasi kepada orang lain dengan cara yang sesuai, dilakukan oleh seseorang kepada orang lain agar mendapat pemahaman yang sama, penerimaan, dan perubahan perilaku pada orang yang diberi informasi.

Pola Komunikasi dalam Islam

Islam telah mengatur tata cara berkomunikasi dan menekankan untuk berkata jujur seperti firman Allah SWT yang terdapat pada Qur'an surah Al-Ahzab ayat 70: *"Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kamu kepada Allah dan ucapkanlah perkataan yang benar."*

Berkomunikasi dengan bahasa yang baik adalah salah satu hal penting yang diajarkan dalam islam seperti pada ayat diatas, selain

itu Rasulullah juga pernah bersabda: *"barangsiapa beriman kepada Allah dan hari akhir maka berkatalah dengan baik atau diam,"* (H.R. Bukhori dan Muslim).

Celaan adalah bentuk komunikasi yang buruk. Ketika seorang ayah mencela atau berkata buruk mengenai anaknya, sebenarnya ia telah mencela dirinya sendiri. Orang tua adalah pendidikan pertama anak sehingga perkataan buruk kepada anak akan menjadikan anak terbiasa dengan kata-kata yang buruk dan akan mudah untuk menirunya (Suwaid, 2009).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa hal penting yang harus diperhatikan dalam komunikasi diantara anak dengan orang tua seperti berkata dengan jujur, mengatakan hal-hal yang baik, serta tidak mencela perbuatan anak yang tidak sesuai dengan keinginan orang tua.

Pola Komunikasi dalam Budaya Jawa

Masyarakat jawa sangat memperhatikan kesantunan bahasa yang digunakan untuk

berkomunikasi dengan orang lain. Berbicara kepada orang tua berbeda dengan berbicara pada anak-anak atau teman sebaya karena terdapat unggah-ungguhing basa yang terbagi menjadi tiga yaitu *basa ngoko*, *basa madya*, dan *basa krama* (Setiyanto, 2010).

Basa Ngoko disusun dari kata-kata *ngoko* dan biasa digunakan dalam percakapan orang tua kepada anak, cucu, atau pada anak muda lainnya. Selain itu *basa ngoko* digunakan dalam percakapan dengan orang-orang yang sepele, tidak memperhatikan kedudukan dan usia. Percakapan atasan kepada bawahan pun menggunakan *basa ngoko* (Setiyanto, 2010).

Basa Madya adalah bahasa yang dibentuk dari kata-kata *madya* dicampur dengan kata-kata *krama* namun tidak terdapat *krama inggil*. *Basa Madya* digunakan dalam percakapan terhadap orang yang dianggap lebih tua atau yang dihormati. Selain itu juga digunakan dalam percakapan dengan orang yang belum akrab (Hardyanto dan Utami, 2001).

Basa krama adalah bahasa percakapan dalam budaya Jawa yang memiliki tingkat kesantunan paling tinggi diantara ragam bahasa Jawa yang lain. *Basa krama* dibentuk dari kata-kata *krama* yang dicampur dengan *krama inggil* biasa digunakan dalam percakapan kepada orang yang lebih dihargai dan dihormati (Hardyanto dan Utami, 2001).

Masyarakat Jawa memiliki tatanan tersendiri dalam berbicara. Terdapat tiga tingkatan bahasa dalam budaya Jawa yaitu *basa ngoko*, *basa madya*, dan *basa krama*. Masing-masing tingkat bahasa memiliki fungsi dan kesantunan yang berbeda-beda.

Keluarga Dalam Konteks Budaya Jawa Dan Pengaruh Islam

Keluarga Jawa menurut Damami (2002) adalah sebuah keluarga yang beretnis Jawa, memiliki komitmen terhadap budaya Jawa, memiliki orientasi kepada kultur Surakarta dan Yogyakarta serta tinggal di pulau Jawa.

Keselarasan hidup bersama adalah cita-cita orang Jawa yang terwujud didalam *memayu hayuning bawana* (memperindah keindahan

dunia). Konsep rukun adalah salah satu kunci dalam menjamin keselarasan sosial tersebut. Secara psikologis, kerukunan dapat menimbulkan rasa malu untuk merusak tatanan keselarasan yang ada sehingga ketika terjadi konflik orang Jawa cenderung memendam dan melupakan masalah tersebut dengan sendirinya (Herdiyanto & Yuniarti, 2012)

Masyarakat Jawa terdapat percaya bahwa segala hidup manusia di dunia ini sudah diatur oleh Yang Maha Kuasa, sehingga muncul sikap *рила*, *narima* dan *sabar* yang sekaligus menjadi dasar budi pekerti orang-orang Jawa dan mendasari keperibadian mereka (De Jong dalam Martaniah, 1984; Mulder, 1996, 2001^a; Endraswara, 2003; Soesilo, 2003; Casmini, 2011).

Sikap *рила* dan *narima* dalam budaya Jawa selaras dengan ajaran agama Islam yang lebih dikenal dengan ikhlas. Sikap ikhlas bertujuan untuk mendapat ridho Allah SWT seperti kandungan dalam Qur'an surah Al-An'am ayat 162, Allah SWT berfirman sebagai berikut: *"Katakanlah: Sesungguhnya*

sholatku, ibadahku, hidupku dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam."

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa keluarga Jawa adalah sebuah keluarga yang beretnis Jawa dengan orientasi kultur budaya Surakarta dan Yogyakarta, memiliki ciri khas, aturan, dan hierarki masyarakat yang berbeda dari etnis lain. Kerukunan adalah kunci keselarasan masyarakat Jawa. Secara sosial keagamaan masyarakat Jawa dibagi menjadi dua yaitu kaum santri dan abangan. Beberapa sikap masyarakat Jawa selaras dengan ajaran agama Islam yaitu *narima* dan *рила* yang dalam Islam disebut sebagai Ikhlas dan sikap sabar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di wilayah Surakarta untuk melihat bagaimana bentuk pola komunikasi keluarga dalam membangun pengelolaan emosi anak (konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam). Menggunakan pendekatan kualitatif dengan alat ukur kuesioner terbuka dan wawancara.

Informan

Total informan yang digunakan dalam penelitian ini adalah 90 orang, yang terdiri dari orang tua dan memiliki karakteristik: orang Jawa, menetap di Karesidenan Surakarta, memiliki anak usia 12-15 tahun (remaja awal),

dan beragama Islam. Sedangkan informan pendukung berjumlah 3 orang tua yang sebelumnya telah diberikan kuesioner terbuka.

Hasil

Kategori	Frekuensi	Persentase
1. Memahami masalah anak dalam konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam		
a. Masalah yang sering dihadapi anak		
1) Pelajaran	41	45,6%
2) Pergaulan	21	23,3%
3) Kepercayaan diri	9	10,0%
4) Manajemen waktu	9	10,0%
5) Kontrol diri	7	7,8%
6) Kurang inisiatif	3	3,3%
2. Pola komunikasi orang tua dan anak dalam membangun pengelolaan emosi anak dalam konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam.		
a. Hal yang sering saya bicarakan dengan anak		
1) Pendidikan	40	44,4%
2) Sosialisasi dengan masyarakat	16	17,8%
3) Mentaati agama	15	16,7%
4) Orientasi masa depan	11	12,2%
5) Budi pekerti luhur	7	7,8%
6) Kehormatan dan harga diri	1	1,1%
b. Cara orang tua menasihati anak ketika anak melakukan hal yang tidak sesuai		
1) Memberitahu akibat perbuatannya	56	62,2%
2) Menasihati dengan kasih sayang	21	23,3%
3) Memarahi	8	8,9%
4) mengkonfirmasi	5	5,6%
c. Hal yang dikatakan orang tua ketika anak membuat bangga	47	52,2%
1) Mengucap syukur	27	30,0%
2) Memuji	16	17,8%
3) menasihati		
d. Hal yang dikatakan orang tua untuk memotivasi anak mencapai tujuannya	49	54,4%
1) Ikhtiar sebaik mungkin	29	32,2%
2) Menyemangati	12	13,3%
3) Memberi hadiah		

e. Pemahaman orang tua mengenai pengelolaan emosi	43	47,8%	
1) Pengendalian emosi	26	28,9%	
2) Mengelola hawa nafsu	21	23,3%	
3) Pengendalian diri			
f. Cara anak mengelola emosi	28	31,1%	
1) Diam	22	24,4%	
2) Menyibukkan diri	16	17,8%	
3) Belum dapat mengendalikan emosi	12	13,3%	
4) Mengendalikan diri, bersabar	7	7,8%	
5) Bercerita	5	5,6%	
6) Beribadah			
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengelolaan emosi anak yang optimal dalam keluarga dengan konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam.			
a. Tanggapan orang tua saat anak mendapat masalah dan berpengaruh terhadap emosi anak			
1) Menasihati	51	56,7%	
2) Menenangkan	24	26,7%	
3) Mengajak diskusi	12	13,1%	
4) Mendiamkan	2	2,2%	
5) Memotivasi	1	1,1%	
b. Reaksi anak setelah orang tua memberi tanggapan atas masalah anak			
1) Menasihati, menerima	45	50,0%	
2) Menenangkan, menerima	19	21,1%	
3) Mengajak diskusi, menerima	12	13,3%	
4) Menasihati, biasa saja	4	4,4%	
5) Menenangkan, biasa saja	3	3,3%	
6) Mendiamkan, biasa saja	2	2,2%	
7) Menasihati, menolak	2	2,2%	
8) Menenangkan, menolak	2	2,2%	
9) Motivasi, menerima	1	1,1%	
c. Cara orang tua membantu anak mencapai pengelolaan emosi yang baik			
1) Memberi contoh dan tugas	33	36,7%	
2) Menasihati	31	34,4%	
3) Mengawasi	13	14,4%	
4) Memotivasi	12	13,3%	
5) Tawakal	1	1,1%	
d. Nilai-nilai agama Islam dan atau budaya Jawa yang mempengaruhi orang tua mengelola emosi			
1) Menjalankan perintah agama	40	44,4%	
2) Menahan emosi	36	40,0%	
3) Unggah-ungguh	14	15,6%	
Pembahasan	dengan	sering	melakukan
Memahami masalah anak	komunikasi antara orang tua dan		
dalam konteks budaya Jawa dan	anak. Berdasarkan hasil penelitian		
pengaruh Islam dapat diketahui	dengan menggunakan kuesioner		

terbuka dan wawancara dapat diketahui bahwa sebagian besar kasus anak berhubungan dengan pendidikan. Hal ini sesuai dengan penjelasan Santrock (2002) bahwa masa transisi dari sekolah dasar ke sekolah lanjutan dapat menyulitkan dan menimbulkan stress pada banyak murid karena banyak perubahan yang terjadi secara serempak. Murid-murid menjadi kurang puas terhadap sekolah, kurang bertanggung jawab terhadap sekolah, dan kurang menyukai guru-guru mereka.

Masalah yang sering dihadapi anak berhubungan dengan pelajaran. Hal ini selaras dengan hasil kuesioner terbuka dan wawancara yang menunjukkan hasil bahwa pendidikan adalah hal yang paling sering dibahas ketika sedang berkumpul bersama dengan anggota keluarga. Pendidikan sering menjadi pembahasan dalam keluarga karena orang tua ingin membantu anak mengatasi masalah yang paling sering dihadapi oleh anak-anaknya. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Kuswata (1990) bahwa komunikasi adalah suatu aktivitas yang memiliki maksud agar setiap individu dapat

melakukan komunikasi dua arah atau banyak arah yang saling menguntungkan dan akan melahirkan masukan serta hasil. Selain itu kita dapat mengetahui bagaimana interaksi dipergunakan secara efektif untuk membantu mencapai suatu tujuan tertentu. Karena anak-anak yang berada pada masa perkembangan remaja awal masih menempuh jenjang pendidikan maka tujuan komunikasi disini tentunya adalah agar anak dapat mengikuti dan memahami seluruh pelajaran yang ada di sekolah sehingga tidak akan lagi bermasalah dengan pelajaran.

Selama proses belajar, setiap anak pasti pernah melakukan sesuatu hal yang tidak diinginkan oleh orang tua. Saat anak melakukan kesalahan tersebut ada berbagai macam reaksi yang diberikan oleh orang tua, berdasarkan hasil kuesioner terbuka dan wawancara yang menunjukkan orang tua paling sering menasihati anak dengan memberitahu akibat apa yang akan diterima oleh anak atas sikap tersebut. Hal ini sesuai dengan pendapat Hauser dan rekan-rakannya (Hauser & Bowlds, 1990; Hauser,

dkk, 1984; dalam Santrock, 2002) menjelaskan bahwa proses-proses didalam keluarga terutama orang tua yang menggunakan perilaku-perilaku yang memudahkan (enabling behaviors) seperti menjelaskan, menerima, dan berempati lebih dapat membantu remaja mengembangkan identitasnya daripada orang tua yang membatasi (constraining behaviors). Dalam hal ini orang tua menjelaskan akibat yang akan anak peroleh dari perilakunya yang tidak sesuai dengan harapan agar anak dapat berpikir dan menyimpulkan hal yang sebaiknya dilakukan dan mencapai pengelolaan emosi yang baik.

Anak tidak selalu melakukan kesalahan, terkadang anak juga dapat membuat orang tua bangga. Berdasarkan hasil kuesioner terbuka dan wawancara menunjukkan bahwa sebagian orang tua mengucapkan syukur ketika anak dapat membuat bangga. Sebagian besar orang tua mengucapkan syukur karena perilaku anak yang dapat membuat bangga merupakan suatu berkah yang diberikan oleh Allah SWT, seperti firman Allah SWT dalam Qur'an surah Al-Baqaroh ayat 152 yang berbunyi:

“Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku.”

Hubungan orang tua dan anak merupakan salah satu pembangun pengelolaan emosi yang baik karena adanya usaha untuk saling memotivasi dan mendukung anggota keluarga yang lain. Berdasarkan hasil kuesioner terbuka dan wawancara didapatkan hasil bahwa orang tua memotivasi anak dengan kata-kata yang mengandung makna untuk berikhtiar sebaik mungkin agar mendapat hasil yang diinginkan. Hal ini merupakan suatu bentuk dukungan yang diberikan oleh keluarga agar anak mau berusaha untuk mencapai apa yang diinginkan sesuai dengan pendapat Thoits (Rutter, 1993; dalam Ristianti, 2009) yang menyatakan bahwa, dukungan sosial adalah derajat dimana kebutuhan dasar individu akan afeksi, persetujuan, kepemilikan dan keamanan didapat melalui interaksi dan komunikasi dengan orang lain. Islam mengajarkan ketika seseorang menginginkan sesuatu hal maka

orang tersebut harus berusaha semaksimal mungkin sehingga sebagian besar orang tua memotivasi anak dengan kata-kata yang mengandung makna untuk terus berusaha dan tidak mudah menyerah. Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam Quran surah Ar-Ra'd ayat 11 yang berbunyi: *“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”*

Kemampuan pengelolaan emosi merupakan hal yang sangat penting bagi anak-anak agar tetap bisa bergaul dengan lingkungan disekitarnya. Pengembangan kemampuan ini sangat dipengaruhi oleh pemahaman orang tua mengenai pengelolaan emosi itu sendiri. Berdasarkan hasil kuesioner terbuka

dan wawancara didapatkan hasil bahwa sebagian besar orang tua berpendapat bahwa pengelolaan emosi adalah pengendalian emosi. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Gross dan Thompson (2007) yang menyatakan bahwa Pengelolaan emosi adalah serangkaian proses dimana emosi diatur sesuai dengan tujuan individu, baik dengan cara otomatis atau dikontrol, disadari atau tidak disadari dan melibatkan banyak komponen yang bekerja terus menerus sepanjang waktu.

Setiap anak memiliki cara tersendiri dalam mengelola emosi karena setiap anak dididik dengan cara yang berbeda-beda oleh orang tuanya. Berdasarkan hasil kuesioner terbuka dan wawancara didapatkan hasil bahwa sebagian besar anak mengelola emosi dengan cara berdiam diri untuk merenung, introspeksi diri atau tidak mengungkapkan masalah yang dihadapi. Hal ini sesuai dengan penjelasan Herdiyanto & Yuniarti (2012) yang menyatakan bahwa orang Jawa cenderung memendam dan melupakan masalah yang sedang terjadi demi menjaga keseimbangan

dan tatanan keselarasan dalam konsep hidup rukun bersama-sama. Konsep kerukunan dapat menimbulkan rasa malu untuk memunculkan konflik yang ada selain itu masyarakat akan mengucilkan orang-orang yang tidak dapat menjaga kerukunan bersama.

Berbagai bentuk komunikasi dapat mempengaruhi perkembangan pengelolaan emosi pada anak. Pengertian orang tua mengenai masalah anak, penjelasan dari tindakan yang dilakukan anak, penghargaan atas usaha anak, dan mendukung anak untuk mencapai tujuannya adalah suatu bentuk komunikasi verbal maupun non verbal yang dapat membantu anak mencapai pengelolaan emosi yang baik. Pemahaman orang tua mengenai pengelolaan emosi sebagai suatu bentuk pengendalian emosi mempengaruhi cara orang tua dalam membentuk kemampuan tersebut sesuai budaya yang ada. Budaya Jawa adalah budaya yang sangat menjunjung kerukunan hidup bersama sehingga sebagian besar masyarakatnya lebih memilih diam sebagai cara mengelola emosi saat

terjadi konflik sehingga tidak memperkeruh keadaan.

Keluarga merupakan tempat anak untuk belajar mengelola emosi dengan baik. Komunikasi yang efektif dan penuh dengan kasih sayang akan sangat membantu ketika anak mendapatkan masalah. Berdasarkan hasil kuesioner terbuka dan wawancara didapatkan hasil bahwa ketika anak mendapatkan masalah dan berpengaruh terhadap keadaan emosi anak, hal yang biasa orang tua lakukan adalah menasihati anak dan anak dapat menerima, menjalankan, dan bahkan bisa mengambil pelajaran dari nasihat yang diberikan oleh orang tua. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Matthews (1994) yang menyatakan bahwa Pada saat keadaan penuh tekanan, komunikasi didalam keluarga yang hangat dan terbuka menjadi sangat penting. Tanpa komunikasi yang efektif, saat yang sulit akan semakin sulit. Dengan pola komunikasi yang efektif membantu anggota keluarga agar mampu mengelola emosi pada saat tertekan.

Anak-anak belajar mengelola emosi dari orang-orang disekitarnya

terutama orang tua. Dalam hal ini orang tua mempunyai beberapa cara untuk membantu anak mencapai pengelolaan emosi yang baik, berdasarkan hasil kuesioner terbuka dan wawancara hal yang paling sering dilakukan orang tua adalah memberi contoh dan tugas kepada anak agar anak mampu mengelola emosi dengan baik. Hal ini serupa dengan pendapat Setyowati (2005) bahwa nilai-nilai yang ditanamkan orang tua akan lebih banyak dicerna dan dianut oleh anak. Perlakuan setiap anggota keluarga, terutama orang tua, akan dicontoh oleh anak dan mempengaruhi perkembangan emosi.

Mengelola emosi dilakukan dengan banyak cara dan berbeda-beda pada setiap orang. Berdasarkan hasil kuesioner terbuka dan wawancara didapatkan hasil bahwa sebagian besar orang tua mengelola emosi dengan cara menjalankan perintah agama. Hal ini sesuai dengan pendapat Yana (2012) bahwa masyarakat Jawa memiliki tiga aras dasar utama, yaitu aras sadar ber-Tuhan, aras kesadaran semesta dan aras keberadaan manusia. Aras sadar

ber-Tuhan membuat masyarakat Jawa memasukkan ajaran agama kedalam kehidupan sehari-hari termasuk dalam mengelola emosi.

Beberapa faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengelolaan emosi yang optimal dalam keluarga Jawa dan pengaruh Islam adalah nasihat yang diberikan orang tua saat anak mendapat masalah dan mempengaruhi emosi anak. Sebagian besar anak dapat menerima nasihat ini, tidak hanya menerima tapi juga menjalankan dan dapat mengambil pelajaran dari nasihat tersebut. Selain itu orang tua juga memberikan contoh dan tugas untuk melatih anak mengelola emosi. Beberapa contoh nyata yang dilakukan orang tua untuk mengelola emosi adalah dengan menjalankan perintah agama.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa dan pembahasan penelitian maka dapat disimpulkan mengenai pola komunikasi keluarga dalam membangun pengelolaan emosi anak (konteks budaya Jawa dan Pengaruh Islam) adalah sebagai berikut:

1. Masalah anak dalam konteks keluarga Jawa dan pengaruh Islam sama seperti kebanyakan anak remaja awal adalah masalah yang berkaitan dengan pelajaran di sekolah, pergaulan, kepercayaan diri, manajemen waktu, kontrol diri, dan kurangnya inisiatif. Perubahan metode pengajaran antara sekolah dasar dan sekolah menengah pertama menjadi salah satu penyebab banyaknya masalah yang berkaitan dengan pelajaran. Selain itu anak juga sudah dituntut untuk bisa bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri. Berbagai perubahan yang terjadi secara cepat dan bersamaan ini menimbulkan tekanan bagi sebagian anak namun permasalahan terbesar adalah pelajaran.
2. Pola komunikasi orang tua dan anak dalam membangun pengelolaan emosi anak dalam konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam, meliputi pengertian orang tua mengenai masalah anak, penjelasan dari tindakan anak, penghargaan atas usaha anak, dukungan untuk pencapaian tujuan anak merupakan suatu bentuk komunikasi yang dapat mengembangkan pengelolaan emosi pada anak. Selain itu pemahaman orang tua mengenai pengelolaan emosi sebagai pengendalian emosi memunculkan sikap diam pada anak untuk mengendalikan emosi yang sedang dirasakan. Sikap diam ini sangat dipengaruhi oleh budaya Jawa dan pengaruh Islam yang telah melekat dalam kehidupan sehari-hari.
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengelolaan emosi anak yang optimal dalam keluarga Jawa dan pengaruh Islam yang pertama adalah nasihat yang diberikan orang tua saat anak mendapat masalah dan mempengaruhi emosi anak. Sebagian besar anak dapat menerima nasihat ini, tidak hanya menerima tapi juga menjalankan dan dapat

mengambil pelajaran dari nasihat tersebut. Kedua setelah orang tua menasihati, orang tua juga memberikan contoh dan tugas untuk melatih anak mengelola emosi. Beberapa contoh nyata yang dilakukan orang tua untuk mengelola emosi adalah dengan menjalankan perintah agama karena ajaran agama telah masuk kedalam kehidupan sehari-hari masyarakat Jawa.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Bukhori. (2012). *Ensiklopedia hadist 2; Shahih al-bukhori 2*. Jakarta: Almahira.
- Aldao, A. (2013). The future of emotion regulation research: Capturing context. *Association for Psychological Science*, 8 (2), 155-172.
- An-Naisaburi, M. (2012). *Ensiklopedia hadist 4; Shahih muslim 2*. Jakarta: Almahira
- Casmini. 2011. Kecerdasan emosi dan kepribadian sehat dalam konteks budaya Jawa di Yogyakarta (Disertasi). Yogyakarta: UGM.
- Damami, M. (2002). *Makna agama dalam masyarakat jawa*. Yogyakarta: Lesfi.
- Departemen Agama. (2000). *Al-Qur'an dan terjemahannya*. Bandung: Diponegoro.
- Djamarah, S. B. (2004). *Pola komunikasi orang tua dan anak dalam keluarga (Sebuah perspektif pendidikan islam)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Effendi, O. U. (1986). *Ilmu komunikasi, teori, dan praktek*. Bandung: Remaja Karya.
- Gross, J.J., & O.P. John. (2003). Individual difference in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationship, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- Gross, J.J., & Thompson, R.A. (in press). (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. In J.J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. New York: Guilford Press.
- Hardyanto & E. S. Utami. 2001. *Kamus kecil bahasa Jawa ngoko-krama*. Semarang: Lembaga Pengembangan Sastra dan Budaya.
- Herdiyanto, Y.K., & K.W. Yuniarti. 2012. Budaya dan perdamaian dalam kearifan lokal masyarakat Jawa menghadapi perubahan pasca gempa. *Humanitas*. Vol. IX, No. 1, pp. 28-42.
- Kompas.com. (2012). 82 *Pelajar tewas sia-sia karena*

- tawuran*. Diunduh dari megapolitan.kompas.com.
- Kuswata, A. T. (1990). *Komunikasi islam dari zaman ke zaman*. Jakarta: Arikha Media Cipta.
- Matthews, D. W. (1994). Family communication during times of stress. *North Carolina Cooperative Extension Service*, HE-424.
- Ristianti. (2009). hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan identitas diri pada remaja di sma pusaka 1 jakarta (*Naskah Publikasi*). Jakarta: Universitas Gunadarma
- Santrock, J.W. (2002). *Life-span development*. Jakarta: Erlangga.
- Setiyanto, A. B. (2010). *Parama sastra bahasa Jawa*. Yogyakarta: Panji Pustaka.
- Setyowati, Y. (2005). Pola Komunikasi keluarga dan perkembangan emosi anak (Studi kasus penerapan pola komunikasi keluarga dan pengaruhnya terhadap perkembangan emosi anak pada keluarga Jawa). *Ilmu Komunikasi*, 2 (1), 67-78.
- Solopos.com. (2013). *Mencegah tawuran pelajar*. Diunduh dari www.solopos.com.
- Sutardjo, I. 2008. *Kajian budaya Jawa*. Solo: Fakultas Sastra dan Seni Rupa Universitas Sebelas Maret.
- Suwaid, Muhammad. (2009). *Mendidik anak bersama nabi; panduan lengkap pendidikan anak disertai kehidupan para salaf*. Solo: Pustaka Arafah.
- Yana. (2012). *Falsafah dan pandangan hidup orang Jawa*. Yogyakarta: Bintang Cemerlang.